

ロヒケイット



材料【4～5人分】

鮭	200 g	豆乳	200 g	} A
白菜	葉1枚分	塩	小さじ1/2	
玉ねぎ	中1/2個	白ワイン	大さじ1	
しめじ	1/2株	こしょう	少々	
人参	中1/2個	片栗粉	大さじ1/2	
パセリ	少々	とりがらスープ	300 g	

～作り方～

- ① とりがらスープを作っておく。
- ② 鮭は一口サイズに切っておく。
- ③ 白菜はざく切り、玉ねぎはスライス、人参は角切りにしておく。
- ④ しめじは石突きを取り、子房に分けておく。
- ⑤ 片栗粉は豆乳と合わせて溶いておく。
- ⑥ 鍋にとりがらスープを入れ、鮭、玉ねぎ、人参、しめじ、白菜の順に入れ、煮込む。
- ⑦ 具材に火が通ったら、調味料Aを加える。
- ⑧ 味を調べたら、よく混ぜながら⑤とパセリを入れ、仕上げる。



ロヒケイットは北欧フィンランドの郷土料理として伝わるサーモンスープです。本場では、牛乳やハーブを使用しますが、給食では、豆乳を使用し、パセリで風味付けをしています。